

Siendo brujas: dando nuevos significados a las grandes palabras sobre sexualidad y placer desde un enfoque relacional

Trabajo de Fin de Grado de Psicología.

Facultad de Psicología y Logopedia.

Universidad de La Laguna.

Alumnas:

Idoya Arantxa Derteano Omaña

Alba Jiménez Morales

Tutoras:

María Dolores García Hernández

María del Carmen Muñoz de Bustillo Díaz

Curso académico:

2019-2020

ÍNDICE

RESUMEN	3
I. INTENCIÓN: NUESTRO PASADO, PRESENTE Y FUTURO ENTRE CONVERSACIONES CON LA SEXUALIDAD, EL PLACER Y LAS PRÁCTICAS COLABORATIVAS Y DIALÓGICAS.....	4
II. CÓMO CONVERSAR: LO COLABORATIVO Y DIALÓGICO.....	9
III. Y LA INTENCIÓN SE PONE EN MOVIMIENTO: LAS VOCES INVITADAS Y CÓMO FUE ESE PROCESO CONVERSACIONAL.....	12
IV. LOS SABERES DE LAS VOCES ENTRELAZADAS SOBRE SEXUALIDAD Y PLACER.....	17
V. VISIÓN DE FUTURO: DILUIR LAS GRANDES PALABRAS.....	26
REFERENCIAS.....	29

RESUMEN

Este trabajo tiene la intención de co-construir conocimiento sobre la sexualidad y el placer a través de las voces que han sido invitadas abriéndonos a diferentes relatos. Para ello, se realiza desde una Investigación Social Dialógica (Anderson, 2012) que permite la generación de conocimiento a partir de diferentes conversaciones (Rodríguez, 2017). Desde sus premisas, hemos llevado a cabo una conversación con Rocío Chaveste, terapeuta sexual y sexóloga caracterizada por vivir y situarse en la postura filosófica de las Prácticas Colaborativas y Dialógicas y el Construccinismo social. Desde aquí, se co-crearon varios hallazgos: Formas de mirar la sexualidad: ampliando el zoom, Sin llegar a un punto el común, pero sí conocer los significados de uno mismo y del otro sobre la sexualidad, el placer y las relaciones, Ética relacional: construirla desde el diálogo, Pluralidad del yo: sexos, géneros, fluidos. Contenemos multitudes y Dueñas de nuestra liberación: a(r)mando nuestra sexualidad y nuestro placer. Creando así, nuevos significados y nuevas formas de entender la sexualidad y el placer, que han transformado a las autoras de este trabajo aportando entre otras, el sentirse mucho más libres.

Palabras claves: Investigación/Indagación Social Dialógica, placer, sexualidad, feminismo, Construccinismo Social, enfoque relacional.

ABSTRACT

This study aims to co-construct knowledge about sexuality and pleasure through the voices that have been invited, opening up different stories. To do so, it is carried out from a Social Dialogical Research (Anderson, 2012) that allows the generation of knowledge from different conversations (Rodríguez, 2017). From its premises, we have carried out a conversation with Rocío Chaveste, a sex therapist and sexologist characterized by living and situating herself in the philosophical position of Collaborative and Dialogical Practices and Social Constructionism. From here, several findings were co-created: Ways of looking at sexuality: zooming in, Without reaching a common point, but knowing the meanings of oneself and the other about sexuality, pleasure and relationships, Relational ethics: building it from dialogue, Plurality of the self: sexes, genders, fluids. We contain multitudes and Owners of our liberation: I command our sexuality and our pleasure. Thus, creating new meanings and new ways of understanding sexuality and pleasure, which have transformed the authors of this work, contributing, among other things, to feeling much more free.

Keywords: dialogical/inquiry social research, pleasure, sexuality, feminism, social constructionism, relational approach.

I. INTENCIÓN: NUESTRO PASADO, PRESENTE Y FUTURO ENTRE CONVERSACIONES CON LA SEXUALIDAD, EL PLACER Y LAS PRÁCTICAS COLABORATIVAS Y DIALÓGICAS.

Todo comenzó con la conexión entre nosotras, Idoya y Alba. Nos conocíamos poco, pero lo suficiente como para, a la hora de abordar el tema de este Trabajo de Fin de Grado¹ (TFG), nos sintiéramos llamadas y atraídas por el mismo: el sexo, la sexualidad, el placer. Conectamos, nos comprendíamos e intuíamos desde dónde tomarlo.

El sexo, la sexualidad, el placer son temas que nos apasionan, temas que siempre están presentes, en boca de todes². De ellos solemos hablar y tratar abiertamente. A pesar de ello y con el paso del tiempo, nos hemos ido dando cuenta que no para todas las personas es así y que, además, siempre hay algo por descubrir, lo que nos lleva a seguir indagando y explorando.

Nuestro interés por la sexualidad y el placer precedió como siguiente paso al feminismo. Sí, nos consideramos feministas, o como se dice desde el feminismo, nos consideramos brujas. Y qué bonito es cuando te consideras algo, pero después de haberlo practicado. Nos explicamos. En nuestro día a día vivíamos y presenciábamos situaciones que, a nuestros ojos, no considerábamos justas ni respetuosas, que generaban rechazo e impotencia en nosotras y pensábamos: “¿Por qué aguantar estas cosas? ¿Por qué aceptarlas y ya? ¿Por qué no hacer ver lo que pensamos y sentimos?” Y así fue como ante comentarios de amigos ahí estábamos nosotras para hacernos oír; como ante una falta de respeto por el simple hecho de ser mujer, no nos callábamos, haciendo ver que las mujeres, también podemos. Es decir, practicábamos activamente el feminismo, sin saber qué significaba eso hasta que, con el paso del tiempo, nuestras cogniciones pensaron que seguramente si nosotras nos sentíamos así, ahí afuera, habría más personas sintiendo lo mismo, o algo parecido al menos. Indagamos, leímos, nos empapamos de palabras y saberes que nunca antes habíamos tenido el privilegio de degustar y

¹ A partir de ahora, nos referiremos al Trabajo de Fin de Grado como TFG.

² Todes: para referirnos al plural e incluir a todos los géneros, vamos a utilizar la “e” como símbolo inclusivo del genérico, exceptuando cuando nos referimos a nosotras mismas, Idoya y Alba, que utilizaremos “nosotras”, en femenino.

ahí estaba, el feminismo... Por lo que sí, somos feministas, y, además, activistas feministas.

Dándole un poco más para adelante a la historia, ya sumergidas en el movimiento feminista, comenzó a revolotear en nuestras cabezas que, si el feminismo consideraba la idea de *ser libres*, ¿por qué no serlo en todos los ámbitos? Esta pregunta vino porque nos dábamos cuenta de que, en la sexualidad, en nuestros encuentros sexuales con otras personas, no nos sentíamos cómodas, seguras, no nos sentíamos nosotras mismas, quienes queríamos ser... ¿Y por qué?

Esta pregunta fue la que nos llevó nuevamente a seguir indagando, reflexionando sobre qué nos pasaba, por qué sentíamos ciertas cosas, etc. hasta dar con la increíble idea de que feminismo y sexualidad están entrelazados, unidos hacia esa lucha de libertad, entendiéndose como una de las grandes luchas políticas del movimiento feminista. De esta manera fue que entendimos que las prácticas heteronormativas y coitocéntricas nos aburrían, no nos hacían disfrutar, no nos hacían sentir *placer sexual*, o al menos no del todo o no siempre.

Fue así como sentimos y entendimos que formábamos parte del feminismo. Lo que implicaba reclamar la propiedad de nuestros cuerpos, nuestra palabra, nuestro deseo, nuestros placeres, de nosotras mismas. Sublevarnos contra un sistema de opresión que nos había negado todo hasta entonces. Entramos así en un proceso de *deconstrucción*, en una *reivindicación continua*, en un proceso de *transformación* de nosotras mismas, de nuestros pensamientos, creencias y valores. En busca del *empoderamiento social, corporal y sexual* de las mujeres. Y en ese proceso nos encontramos aún. Entendiendo cómo el feminismo cambió nuestras vidas, nuestros cuerpos, nuestras formas de pensar, expresarnos... Comprendiendo el feminismo como una forma de mirar, de ser y de estar con les demás. Comprometidas con diluir el relato hegemónico de nuestro entorno que reduce las posibilidades de construirnos de la manera queelijamos y no desde lo que la sociedad nos impone. Luchar hasta que nos quemen en la hoguera como hicieron con nuestras hermanas, las brujas. Entendiendo como brujas, aquellas mujeres revolucionarias a su época, como, por ejemplo, aquellas que se vestían de hombre para ingresar en la Universidad, o aquellas que no se llegaban a casar, o las que, en vez de quedarse con sus hijos, se iban a trabajar... es decir, mujeres que luchaban por sus propios

derechos, por su libertad y por la igualdad. Buscando reivindicar la figura de la bruja como mujer libre, pensadora e independiente, recordando a todas las mujeres luchadoras perseguidas de todos los tiempos para entender de dónde venimos y empoderar el hacia dónde vamos.

Además, el feminismo ha dado un giro al abordaje de la salud, sobre todo de la salud sexual, partiendo de la idea de que en ella intervienen y se entrelazan factores relacionados como el género, la historia sexual de cada persona, la subjetividad de la misma y cómo entiende el mundo de la sexualidad y el placer (relaciones, prácticas, sexuales...). Por lo que, psicología y feminismo andan, actualmente, de la mano hacia un camino de libertad, de liberación de muchas ideas que nos oprimen, atendiendo a la sexualidad y el placer, con el fin de potenciar la salud sexual y la mejoría sexual de las mujeres.

Nuestra intención, motivo, por qué o para qué de este TFG, no es más que para co-construir, imbuirnos conjuntamente en el conocimiento que puedan aportar diferentes voces, sabidurías, vivencias y múltiples realidades y perspectivas, abrirnos a diferentes relatos que generen diferentes posibilidades sobre sexualidad y placer.

Desde dónde abordarlo fue algo que intuimos, y en el párrafo anterior se dibuja una posible senda que poco a poco fuimos capaces de ir transitando. Queríamos que esta investigación se abordara desde un enfoque cualitativo. Tras acceder a través de la lectura de autores como Janice DeFehr (2015), Vicente Sisto (2008), Harlene Anderson (2012), Silvia Rodríguez (2017) o Tomás Ibáñez (2001), a una pequeña parte del gran campo de la investigación cualitativa, y apreciar su variedad, tras muchos pensamientos, formas e ideas, finalmente dimos el paso, por esta vez, de abordar nuestro tema desde la Indagación Social Dialógica, apoyándonos también en las ideas del Construcciónismo Social, al entender la investigación como conversación en la que las personas implicadas se sumergen en un proceso activo e interactivo, en el que fluir con las palabras en un sendero que se ramifica hacia distintos propósitos.

El Construcciónismo social nos ofrece un marco que consiste en el hecho de vernos, interpretarnos como seres relacionales, que existimos unos en función de

los otros, que nos construimos y transformamos mutuamente y que, para ello, se necesita de la construcción de los significados, que se generan a través de las palabras y las conversaciones. Y la idea importante de todo eso es, como decía Silvia Rodríguez (2017), el proceso y no el resultado. Marco que conecta con las intenciones de esta investigación, ya que se aborda desde una curiosidad genuina, suspendiendo lo obvio en el encuentro y desde una postura del “no saber”, tal y como decía Harlene Anderson (2012). Esto convoca que toda indagación es, por definición, un viaje hacia lo desconocido (Ibáñez, 2001).

Si el construccionismo social nos ofrece un marco, la Indagación Social Dialógica nos ofrece un modo, una práctica de indagación. Como dice Silvia Rodríguez (2017) en su tesis: “La investigación social dialógica, también denominada por Harlene Anderson (2012) investigación colaborativa, es una práctica intencionada de reflexión y auto-reflexión crítica, el diálogo se convierte en el instrumento de la investigación y el investigador se sitúa en una posición relacional a lo largo del proceso, buscando el conocimiento en la interacción de las partes.” (p. 107).

Andrea González (2019) en su Trabajo de Fin de Grado, complementa y enriquece esta práctica al señalar que: “...es una metodología que empodera la palabra, permitiendo la generación de conocimiento a raíz de una conversación, parte de la consideración de que las personas participantes son expertas durante la indagación, y, además, se pueden desvelar las propias reflexiones como parte de la indagación realizada. Así, en este caso, se fomenta un diálogo donde ambas voces cobran relevancia y en dónde se da valor a un diálogo generativo que dé lugar a nuevos interrogantes y/o posibilidades.” (p. 7).

Para la Indagación Social Dialógica, la investigación es entendida como un proceso relacional en el que el conocimiento se fundamenta en la experiencia compartida y dialogada. Como señala Papusa Molina (2015; en Rodríguez, 2017), en la investigación social dialógica las personas involucradas participan negociando comprensiones y proponiendo prácticas capaces de transformar.

Así fue como íbamos dándole forma, entendiendo y puliendo cómo abordar el tema de este TFG. Y, ganó aún más en claridad y convicción cuando tuvimos la gran y hermosa oportunidad de conocer a Rocío Chaveste en el Seminario de

Indagación Social y Dialógica que impartió en la Universidad de La Laguna el 10 de marzo de 2020.

Rocío es una profesional de la psicología además de sexóloga y terapeuta sexual, que se caracteriza por vivir y situarse en la postura filosófica de las prácticas colaborativas y dialógicas y del construccionismo social. Desde el momento en que conversamos con ella en este seminario, y pudimos vivir, brevemente, cómo se desarrolla este tipo de investigación, tuvimos claro dos cuestiones claves para realizar este trabajo:

Una. Era ella. Era Rocío la elegida para mantener una conversación sobre sexualidad y placer, y aún más desde el enfoque relacional que ella vive como postura filosófica. Tener delante de nosotras a una mujer, sexóloga, terapeuta de prácticas colaborativas y dialógicas, era toda una oportunidad y un lujo.

Dos. Queríamos conversar, desde las premisas de la Investigación Social Dialógica. Queríamos conversar con curiosidad genuina, y que fuera el mismo proceso conversacional y lo que ella nos quisiera contar, lo que nos guiase y nos llevase a construir juntas significados y conocimientos sobre sexualidad y placer desde un enfoque relacional.

Teniendo esto claro, llegó el momento de la pregunta, el momento que más nos costó. Creemos que fue porque al ser un tema tan complejo y amplio, a la vez que desconocido, queríamos saber y saber y saber. También queríamos que se entendiera, pero a la vez que fuera lo suficientemente abierta como para dejar completa libertad al proceso y a las voces.

Es así como “nos tiramos a la piscina” con la siguiente pregunta disparadero:

¿Cómo se vive la sexualidad y el placer desde un enfoque relacional y cómo este cambio de enfoques afecta a ello?

II. CÓMO CONVERSAR: LO COLABORATIVO Y DIALÓGICO

Como mencionamos anteriormente, queríamos mantener una conversación sobre sexualidad y placer a través de una indagación social dialógica. Esto nos lleva a preguntarnos ¿qué cualidades y características constituyen a esta forma de conversar desde lo colaborativo y dialógico? Para ello, encontramos en diferentes autoras como Janice DeFehr, Harlene Anderson y Rocío Chaveste premisas que constituyen a esta forma de conversar.

Siguiendo las propuestas de Harlene Anderson (2012) y atendiendo a las pautas que proporcionó Rocío Chaveste (2020) en el seminario de Indagación Social Dialógica al que antes hicimos referencia, las premisas colaborativas de este tipo de conversación parten del *no conocer*, del *no saber*. Se debe suspender lo obvio, hacer énfasis en *saber con* en lugar de saber acerca. Idea que modela Janice DeFehr (2015), al hacer hincapié en la idea de ser co-respondientes y no intérpretes de los relatos de los demás. Es decir, ser, actuar y *responder con* las personas.

Queremos destacar, en este momento, una idea que se evocó en una de las reuniones con nuestras tutoras de TFG y nuestros compañeros: la diferencia entre *hablar para escuchar*, que viene a decir que según lo que escuchas, hablas; y *escuchar para hablar*, donde ya estás pensando qué decir incluso antes de haber escuchado a los demás. “*Hablar para escuchar*”, frase que nos remueve, que nos hace pensar, que nos hace llegar a la idea de conexión entre las dos premisas anteriores: partir del no conocer y suspender lo obvio. Como siempre, nos recordaba nuestra apreciada Doli: “suspendan lo obvio y muestren curiosidad genuina, ya que ambas son las herramientas esenciales para poder desplegar lo de *hablar para escuchar*. Y es que, cuando alguien nos habla estamos traduciendo sus palabras desde nuestro marco de comprensión, “hablar para escuchar” nos recuerda que no vayamos rápidamente a interpretar lo que nos están diciendo, preguntemos con curiosidad para construir significados juntos.

Otra de las premisas nos señala a la *incertidumbre* como elemento principal buscando ser curiosos y tentativos ante las conversaciones. Estas deben ser naturales, libres de estructuras, como comenta Harlene Anderson (2012),

manteniendo el escepticismo, evitando la generalización y siendo espontáneos para moverse a través de la curiosidad genuina de los colaboradores.

Asimismo, se encuentra el *ser públicos*. La implicación en la práctica consiste en abandonar nuestras cajas de pensamiento propias para cambiar nuestra forma de ver y ser (Chaveste, 2012). Para ello, se hace útil compartir las hipótesis, ideas... que como psicólogos o investigadores nos van viniendo mientras conversamos, haciéndolo de una manera tentativa desde la duda, desde el querer saber con la otra persona.

La relación de *experte a experto* es indispensable entre estas premisas. Viene a decir que tanto los participantes como los investigadores son expertos de sus propios conocimientos, los participantes son expertos en sus historias, en sus vivencias y en sus palabras y lo que quieran contar, mientras que los investigadores lo son en las relaciones colaborativas y conversaciones dialógicas.

Viene una premisa que nos encanta, nos enamora, nos hace florecer. La *transformación mutua*. Porque sí, en todo proceso colaborativo y experiencial existe transformación. Participantes e investigadores están influenciados mutuamente, están sumergidos en un proceso de cambio, de creación. Lo que vivan, sientan, experimenten, piensen y reflexionen sobre ese proceso generará cambios tanto en los participantes como en los investigadores.

Esta premisa de la transformación mutua nos recuerda, como dice Kenneth Gergen (2014), que el objetivo de la investigación no es averiguar *lo que es*, sino crear *lo que va a ser*, dónde la búsqueda de conocimiento a través de la práctica se consigue y se representa dentro de la acción en curso, en colaboración. Es una de las tres formas de investigación que este autor propone, en el que el conocimiento no es una posesión individual sino como algo inherente a las relaciones entre las personas (Gergen, 2007). Es decir, los propios investigadores y participantes (co-investigadores) se convierten en agentes del cambio social en cuanto se ven transformados, vislumbrando nuevos cursos para la acción. En este sentido compartimos, que conversar con otros, desde estas premisas, convierte también a la indagación social dialógica en una práctica política en la que se generan espacios de reflexión y transformación de lo social (Gergen, 2014). Esta premisa de

transformación mutua se produce “sobre ese proceso”. Decimos “sobre el proceso” porque no necesariamente tiene que ser “durante” el tiempo de conversación, sino también en el proceso de preparación, después de unos días, al conectar aspectos de la conversación con otros de tu vida, al escuchar la conversación de nuevo o al transcribirla. Es por ello por lo que la Investigación Social Dialógica invita, además, a tener presente un camino para comenzar y dar vida a este proceso conversacional entendido simultáneamente como proceso y resultado que pasamos a comentar.

Estos procesos de Investigación Social Dialógica suelen llevarse a cabo con personas con las que hay un contacto previo, para así facilitar un ambiente de confianza y espontaneidad. El siguiente paso sería invitar a la persona o personas con las que se quiere mantener diferentes conversaciones sobre el tema, indicándoles la confidencialidad y voluntariedad del proceso. Incluso, pidiéndoles consentimiento para poder grabar dichas conversaciones para su posterior transcripción.

Tras acordar el primer encuentro, la conversación se inicia con una pregunta disparadero. Esta pregunta inicial no es fija y puede sufrir variaciones, ya que el diálogo será llevado desde la espontaneidad y sin una estructura prefijada. Posteriormente, se procedería a la transcripción íntegra de la primera conversación. Y después de esto, tras leerla, se añadirían comentarios, reflexiones, ideas... a las partes del texto que lo evoquen con el fin de generar ideas nuevas y si se quiere, invitar a los participantes a mantener un segundo encuentro.

A continuación, la segunda conversación parte de la devolución de la transcripción, es decir, se vuelven a reunir la persona o personas con ese documento transcrito lleno de comentarios y notas, y con nuevas preguntas e ideas. Esta conversación también sigue los pasos mencionados anteriormente.

Para finalizar, la información recogida durante este proceso, lo hablado entre investigadores, lo reflexionado y lo evocado, se considera que forma parte de las “ideas centrales” co-construidas en las conversaciones. Así, se formaría la redacción del trabajo, de forma que aparezcan las distintas voces implicadas, la de los participantes, la de diferentes autores, las de compañeros, las propias... y el conocimiento creado en su conjunto.

Esta secuencia o modo de transitar son señalados por Silvia Rodríguez (2017), bajo la consideración de que no es una estructura inamovible, ya que es el proceso el que guía y no los investigadores quienes guían el proceso.

La idea general de lo que queremos generar con este TFG es que, situándonos desde estas maneras y premisas de cómo conversar de la Indagación Social Dialógica, nos dejemos guiar por diálogos en los que surjan nuevas realidades y valores, convencidas de que en ese diálogo nos transformaremos, se crearán nuevas maneras y cursos de acción sobre cómo vivir la sexualidad y el placer convirtiendo a este trabajo, a sus propias investigadoras y a sus posibles lectores en pequeños agentes de cambio social.

III. Y LA INTENCIÓN SE PONE EN MOVIMIENTO: LAS VOCES INVITADAS Y CÓMO FUE ESE PROCESO CONVERSACIONAL

Llegó el momento de que esta intención, conversar sobre cómo se vive la sexualidad y el placer desde un enfoque relacional y cómo este cambio de enfoques afecta a ello, se encarna en el encuentro entre las voces invitadas, en un momento determinado y desde una postura conversacional colaborativa y dialógica. En las líneas siguientes queremos narrar quiénes son las voces invitadas y cómo vivimos ese proceso conversacional.

A esta conversación son invitadas las voces de tres mujeres: María del Rocío Chaveste Gutiérrez de 60 años, psicoterapeuta, fundadora, directora, docente y supervisora clínica del Instituto Kanankil en Mérida, Yucatán, México; Idoya Derteano Omaña de 24 años y Alba Jiménez Morales de 22 años, ambas alumnas de cuarto año del grado de Psicología en la Universidad de La Laguna. Hablemos un poco de cada una de estas voces.

Rocío, psicoterapeuta, profesora en educación superior, asesora empresarial, autora y conferencista. Su combinación de inteligencia, carisma, profesionalidad y una pasión impresionante hacía su trabajo caracteriza a Rocío como una mujer de éxito y con un factor humano que muestra su calidez y compasión. Tiene un doctorado en Psicología Social, una licenciatura en Ciencias Políticas y

Administración Pública, y tres maestrías: Administración de Organizaciones, Comunicación Política y Marketing Electoral y otra en Terapia Familiar y de Pareja. Está certificada como educadora y terapeuta sexual y su investigación se centra en prácticas colaborativas en diferentes áreas, que van desde la psicoterapia hasta el gobierno y políticas públicas. Por más de 20 años ha ejercido como terapeuta y sexóloga, por lo que consideramos que esta combinación de la sexualidad y enfoque dialógico colaborativo, fraguado en tantos años de experiencias es maravilloso y nos lleva a entender su voz como una voz autorizada y vital. Actualmente se encuentra en Mérida, México.

Idoya se considera una joven curiosa, siempre buscando respuestas a preguntas inciertas, luchadora ante las adversidades y risueña ante la vida. Amante de las experiencias nuevas, leal y amiga de sus amigos. Con su forma de ser directa y abierta y sin pelos en la lengua, considera que la sexualidad no se debe esconder y que se debe hablar sobre ella cada vez que surja la oportunidad. Mujer y guerrera, con las limitaciones que eso implica en la sociedad, poco a poco se ha ido adentrando en el movimiento feminista y adueñándose de su propio placer. Con su carácter intenso, autoexigente y metódico, considera que va a aprender de este trabajo una nueva y diferente forma de ser. Una manera de fluir, de sobrellevar la incertidumbre y de mantener una visión abierta e interactiva con lo que nos rodea.

Alba, una mujer un tanto mística, filosófica, nacida para vivir y disfrutar. Con mucha energía, curiosidad y ganas de atrapar todo lo que la vida le ponga en su camino. Luchadora, por ella, por los derechos, ¡por la libertad! Feminista y amante de sí misma y de su placer. Interesada y, con planes de futuro, en la rama de la sexología y terapia sexual. Con sueños cumplidos y otros muchos por cumplir. Con metas alcanzadas y otras muchas por alcanzar. Con momentos disfrutados y otros aún sin disfrutar, como ese libro que tanto quiere leer, esa historia que tanto quiere escribir, ese poema, ese lienzo aún en blanco... esos momentos que algún día llegarán. También, amante incondicional de sus sobrinos, de la música y cómo no, de algo que ha formado parte toda su vida, el baile.

El día 3 de abril de 2020 le propusimos a Rocío nuestro deseo de conversar con ella y que esa conversación fuera el sustento de nuestro Trabajo de Fin de Grado. Junto a ese correo le adjuntamos un documento en el que expresamos nuestra

intencionalidad al conversar, nuestro tema a tratar, qué nos había llevado hasta ahí, etc. y la invitamos a mantener una conversación, o cuantas se den, con nosotras acerca de la sexualidad, el sexo, el placer... y a cómo se ven afectadas desde la mirada de las prácticas colaborativas y dialógicas con las que se siente comprometida en la actualidad.

La vía que se le planteó para conversar fue la videollamada, ya que pensábamos que era la vía más cómoda y enriquecedora, puesto que nos permite crear un clima natural y de feedback inmediato y continuo, donde compartir espontáneamente tanta información como queramos, y que quizás a través de correo o mensajes no tuviésemos la oportunidad. Al ver el mensaje nos contestó y aceptó nuestra petición muy amable y desinteresadamente, sin ningún tipo de inconveniente, estando de acuerdo en realizar las conversaciones por videollamada. Más concretamente nos propuso mantenerlas en la plataforma Zoom y cuantas veces quisiéramos conversar. Tras buscar un huequito en su agenda, aseguramos el 14 de abril a las 15:00 (9:00 hora de México) para tener ese encuentro.

Ese día nos preparamos y ahí estábamos, había llegado la hora. Rocío nos recibió con una gran sonrisa y con los brazos abiertos a conversar con ella. En primer lugar, comenzamos preguntándole qué tal estaba y cómo llevaba la situación del Covid-19, ya que sí, este TFG está realizado en plena pandemia global, y bueno, tras haber corroborado que Rocío y sus allegades se encontraban en buen estado, procedimos a preguntarle si estaba de acuerdo en grabar la conversación y amablemente aceptó. Tras este buen recibimiento y acogida, pasamos a introducirle un poco sobre lo que queríamos conversar y cómo y le lanzamos la pregunta disparadero: *“¿Cómo se vive la sexualidad y el placer desde un enfoque relacional y cómo este cambio de enfoques afecta a ello?”*.

Rocío conversó muy activamente, fluyendo con las palabras mientras contaba experiencias, sentimientos, vivencias, pensamientos, emociones..., dando lugar a una maravillosa conversación. A nuestros ojos, se mantuvo en una postura desde el respeto hacia nuestras ideas, nuestras palabras y nuestra inexperiencia sobre cómo abordar esta metodología. En todo momento intentó comprendernos y comprender nuestras palabras, manteniendo una actitud de curiosidad y de no saber ante ellas y ante nosotras.

Al finalizar ese primer encuentro, le dimos una y otra vez las gracias, ya que su tiempo compartido con nosotras había sido sentido como mágico y estábamos muy felices de haber podido tener esa oportunidad. Al irse Rocío, nos quedamos hablando con nuestras enormes sonrisas en la boca mientras no parábamos de decir “wow, maravilloso”, “increíble”, “me ha encantado esta conversación”, etc. Un millón de cosas pasaron por nuestras cabezas. Nos sentíamos transformadas. Opinamos que ha sido una experiencia y una oportunidad única e increíble, enriquecedora en muchos sentidos, reformadora, ya que nos sumergimos, nos dejamos llevar y disfrutamos de cada palabra.

Siguiendo los pasos de cómo abordar esta investigación Social y Dialógica, posteriormente, la conversación fue íntegramente transcrita por nosotras y tras leerla con profundidad y detenimiento, fuimos añadiendo comentarios, dudas, según lo que, para cada una y conjuntamente, evocaba el texto.

En cuanto a nosotras, tras el encuentro, mantuvimos una conversación en la que fuimos todo lo públicas que no habíamos sido durante la conversación de Rocío. Con esto, queremos decir que sentimos que nuestra inexperiencia, falta de confianza y nuestras ganas de hacerlo bien, hicieron que no llevásemos un diálogo del todo colaborativo y conversacional. Sentimos que sí, hablamos para escuchar y que hablamos desde la curiosidad, pero no fuimos completamente nosotras. Nos dimos cuenta y fuimos conscientes de esto que nos había pasado una vez transcribimos la conversación y comenzamos a realizar anotaciones en ella. Vimos que muchos de los comentarios e ideas plasmadas en ese momento, se lo podríamos haber hecho saber a Rocío durante nuestra conversación. Con esto, se redactó un nuevo documento que fue nuevamente enviado a Rocío. Y buscamos el tiempo para una segunda conversación.

La segunda conversación finalmente llegó, el día 14 de mayo, un mes exacto después, a las 17:00 pm (11:00 am hora México), también vía Zoom. En esta ocasión, llevamos preparadas cuatro de las preguntas que nos había movido de la primera conversación y su posterior transcripción y reflexión, y sobre las que teníamos ganas de seguir indagando y de crear nuevos conocimientos.

La conversación empezó saludándonos y preguntando, de nuevo, por la situación extraña que seguimos viviendo actualmente. Tras esa bienvenida, le recordamos resumidamente la información mandada en el correo de invitación a una segunda conversación, y seguidamente le evocamos nuestras dudas a través de las siguientes preguntas:

- ¿Qué te llevó a decidir ir a un terapeuta sexual tras tu divorcio?
- ¿Cómo podemos hacer ver a las personas que existe una responsabilidad entre ellos/as y cualquier relación afectivo-sexual que mantengan?
- ¿Qué piensas sobre ponerle etiquetas a todo (ser bisexual, transgénero, asexual, monogámico/a, etc.) sobre la sexualidad?
- ¿Qué quieres decir con “mucho más libre y mucho más dueña de mi placer”? ¿Y cómo estas dos palabras se complementan con lo relacional?

Nuevamente Rocío fue muy abierta con sus respuestas y muy colaborativa en la conversación, recordando momentos, opiniones, deseos, emociones... La conversación fue un lugar maravilloso de aprendizaje y transformación. En esta ocasión, nos sentimos mucho más cómodas y abiertas a compartir preguntas y comentarios, haciendo que ésta fluyera aún más que la primera con una retroalimentación positiva y constante. Como comentamos unos párrafos más arriba, tras transcribir la primera conversación con Rocío, nos dimos cuenta de que no habíamos sido completamente nosotras mismas a la hora de interactuar, y creemos que ese proceso metacognitivo nos llevó a que en este segundo encuentro consiguiéramos la confianza para ser más espontáneas y públicas, no dejando así, comentarios, ideas... en nuestro interior y de igual forma, sin dejar de escuchar y hablar como aprendices, respetando e intentando crear sentidos compartidos de cada una de las palabras de Rocío. Como diría ella, participando, negociando comprensiones y proponiendo algunas prácticas capaces de transformar.

Al acabar, le dimos las gracias una vez más por compartir su tiempo y su conocimiento con nosotras, ya que eso significaba mucho y estábamos muy contentas de haber podido construir significados conjuntamente.

Como era de esperar, al irse Rocío, nos volvimos a quedar hablando un rato más, diciendo lo increíble que había sido, hablando de lo que más nos llegó, de

cómo lo estamos viviendo, y lo que creo que ahora mismo nos tiene muy ilusionadas, de un futuro proyecto en conjunto. Y ¡tachán! Esa idea a la que aludimos en el punto II de que esta forma de investigar promueve transformación y se crean nuevas maneras y cursos de acción se nos hace patente en este proyecto.

Tras esto, con la misma metodología previa, transcribimos la conversación y la leímos con ganas y detenimiento, añadiendo así comentarios, dudas, emociones que nos evocaba el texto. Pero esta vez no fue tanto lo que plasmamos en él como lo que pensamos, lo que reflexionamos, lo que transformamos e integramos en nosotras.

Con todo este conocimiento co-construido, con todas las ideas, los cambios experimentados... agradecemos a Rocío todo lo compartido con nosotras y desde este momento, decidimos seguir adelante con el resto del proceso a través de conversaciones entre nosotras dos con el fin de, entrelazar las palabras de Rocío con nuestras propias ideas y reflexiones conjuntas sobre la sexualidad, el sexo, el placer y que conforman el siguiente punto.

IV. LOS SABERES DE LAS VOCES ENTRELAZADAS SOBRE SEXUALIDAD Y PLACER

Deseábamos muy entusiasmadas llegar aquí, a este rinconcito donde poder plasmar todas las mariposas que revolotean en nosotras y crear nuevas pociones y conjuros. Todas esas ideas que venían de nosotras, de nuestro pasado, de algunas lecturas, de nuestras historias, sentimientos... y cómo no, de los momentos compartidos con nuestra co-investigadora, Rocío.

Es la hora de contar y expresar todo lo que hemos vivido y co-construido en estos meses. Es nuestra oportunidad de abrir al mundo estos pequeños o grandes saberes, nuestras verdades, con “v” minúscula como diría Kenneth Gergen (2015) y expresar por escrito todo aquello que hemos hablado y contado tras las diferentes conversaciones.

A lo largo de este punto presentaremos trocitos de las conversaciones y algunas reflexiones creadas tras tener en mente diferentes voces como la de nuestra querida co-investigadora Rocío, las de diferentes autores invitadas y las nuestras. Pero no sin antes exponer que invitaremos a todas estas voces siempre desde el respeto y desde nuestra gran admiración hacia sus palabras, mimándolas y tratándolas con cariño.

Hemos decidido titular cada una de las ideas que queremos plasmar de forma que se represente lo mejor posible la esencia de la misma. Puntualizar que, con ello, no pretendemos encasillarlas en estructuras fijas, simplemente facilitar la lectura y la comprensión de esta, nuestra investigación.

Formas de mirar la sexualidad: ampliando el zoom

Desde nuestros ojos y nuestra experiencia, a pesar del paso del tiempo y de los avances sociales, actualmente, el abordaje de la sexualidad, el placer... se sigue mirando y priorizando desde una perspectiva clínica y para nuestros ojos, insuficiente. Rocío en este sentido menciona:

“(...) en ese momento la sexología el único camino que tenía era el modelo médico, el modelo de Masters y Johnson, en donde todo era medible, además del enfoque psicoanalista. Entonces, se pueden imaginar cómo de tener una sexualidad toda reprimida paso a una sexualidad cargada de elementos de culpa, de edipos, etc. y además un modelo médico donde tenías que responder a la respuesta sexual humana de una manera extraordinaria”.

Hemos sido conscientes y creemos que, esta forma de mirar reprime las maneras diferentes que tiene cada persona de orientarse hacia la sexualidad, e incluso que esas maneras puedan ser múltiples, cambiantes, movibles... A pesar de esto, es nuestra manera de verlo y como dice Rocío:

“¿quién soy yo para criticar?”.

Con esto queremos decir que, al fin y al cabo, cada persona es libre de decidir desde dónde posicionarse y ver el mundo y esa decisión debería ser aceptada y respetada por todas las demás.

Entonces, ¿cómo podemos situarnos como comunidad en una visión más positiva, más desde el abordaje de lo relacional, manteniendo una postura respetuosa sin juicios, siempre desde la responsabilidad relacional?

Sin llegar a un punto en común, pero sí conocer los significados de uno mismo y del otro sobre la sexualidad, el placer y las relaciones

Este título abre la idea de lo relevante que es atender y cuestionar los significados que Rocío nos invita a considerar cuando señala que:

“nunca realmente sabemos lo que nos están diciendo, independientemente de que creamos que entendemos de las palabras. Cuando en realidad todo el tiempo estamos traduciendo y muchas veces interpretando y lo peor es cuando interpretamos solamente desde el lugar desde donde estamos parados o desde nuestra historia. Y si nuestra historia es bastante lineal, wow, qué peligro, ¿no?”.

“y ponerse de acuerdo, o sea, más que ponerse de acuerdo, porque puede ser el significado de una cosa diferente para uno que, para el otro, pero al menos conocer el significado del otro y vamos a tener el cuidado de no lastimar emocionalmente al otro con esto.”.

Atendiendo a estas intervenciones de Rocío, hemos llegado a comprender que, para tener mejores relaciones afectivo-sexuales, sería idóneo partir del *conocernos a nosotres mismas*, qué nos gusta, qué no nos gusta, cómo, qué estaríamos dispuestas a hacer, etc. Teniendo esto claro, o todo lo claro que se pueda dentro de las propias fluctuaciones, podremos pasar a dialogar. Tomar cada encuentro como una oportunidad para negociar lo que deseamos hacer y lo que deseamos ser, co-construyendo juntas, qué nos gusta, qué esperamos del otro en las relaciones

sexuales, con qué fin mantenemos esas relaciones sexuales..., siendo libres, pero también teniendo a los demás en cuenta. Una vez ambos transmiten la información que quieren y se sientan cómodos contando sobre sí mismos, lo siguiente no es intentar llegar a un punto en común como comenta Rocío, sino intentar entender esa información de la manera más respetuosa posible, teniendo siempre presente la responsabilidad que, en ese momento, llegas a tener CON esa persona o personas:

“cuidándonos CON el otro, no para el otro sino CON el otro, que es más importante y para poder hacerlo con el otro necesitamos hablar, necesitamos rehablarlo, replantearnos los significados, qué significa para uno, qué significa para el otro”.

Con esta apreciación de Rocío, queremos remarcar que el fin no es tanto establecer o llegar a un significado común, sino saber y tratar con responsabilidad el significado que le da el otro a la sexualidad, el placer y las relaciones que se mantengan.

Ética relacional: construirla desde el diálogo

Rocío comenta:

“me sorprende, pero para mal, la poca responsabilidad que se tiene al respecto, del cuerpo, de la sexualidad, de la conciencia de lo que estás haciendo, el por qué lo estás haciendo, o sea, de toda una reflexión acerca de esto, que no lo hay.”

Tras haberlo vivido, compartimos un sentimiento de que, habitualmente, no se ha generado un entendimiento responsable del encuentro sexual, diluyéndose la importancia y el valor que para nosotras tiene, ya sea para mantener relaciones sexuales con tu pareja o parejas o con una persona o personas esporádicamente.

Esta idea viene enlazada con el punto anterior. Parte de la responsabilidad que debemos tener con los otros. Ya no solo, como decíamos anteriormente, ser responsables después de conocer los relatos que te proporciona la otra persona, sino ir más allá. Rocío nos propone, algunas preguntas:

“¿qué estamos haciendo juntos para cuidarnos? ¿Qué es lo que queremos y esperamos de nuestra relación?”.

Nos surgió la duda de qué se podría hacer para generar esta responsabilidad en las personas, que va mucho más allá de ponerse preservativo o tomar pastillas anticonceptivas como puede ser tener en cuenta los sentimientos de los otros. A lo que Rocío nos contesta:

“bueno, yo creo que lo primero en todos los sentidos es: hablemos acerca del tema, incluso cómo tener una ética relacional en la relación ¿no?”.

¡A esto nos referimos! Una pregunta que parece a primera vista, difícil de responder, la respuesta es muy sencilla: el diálogo.

Creemos que a través del diálogo se puede ir construyendo esa ética relacional dentro de la/s pareja/s, creando así el conocimiento del que hablábamos anteriormente, pero esta vez, entendiéndolo desde un modo conjunto. Este hecho de dialogar, preguntar, hacer ver que te importa lo que piensen los demás, ya te lleva hacia el camino de la responsabilidad. Para seguir por él, una vez dialoguen sobre qué les gusta, qué quieren experimentar, qué esperan conseguir, cómo se sienten más cómodos, qué tiempos, etc., llega el ¿qué hacemos y cómo tratamos este conocimiento? Podrías tener varias opciones, compartimos dos:

Una. Seguir el camino de la sexualidad desde una manera más tradicional, soltando esa información que te han proporcionado sin prestarle importancia. Es decir, sin tener en cuenta los gustos, los valores, los deseos de la otra persona o personas, sin poner en práctica la responsabilidad con el otro.

Dos. Atender a toda esa información, integrarla y hacerla parte del proceso relacional en las relaciones sexuales, creando así un contexto capaz de envolver a las personas implicadas, haciéndolas sentir cómodas, respetadas, partícipes, admiradas y amadas en el sexo.

Consideramos que aún no se ha llegado del todo en la sociedad a poner en práctica esta idea, porque en el entorno que nos rodea, la sexualidad ha sido un tema tabú, no abierto al diálogo libre y natural, sobre todo para las mujeres.

Pluralidad del yo: sexos, géneros, fluidos. Contenemos multitudes

¿Quién eres? ¿Qué te gusta? ¿Cómo te definirías? ¿Eres hetero, bi, trans...?
¿Te gusta el sexo oral? ¿El sexo anal?...

Rocío: "Hoy, no puedo definir nada".

Tal y como plasma Rocío con esa potentísima frase, nosotras, hoy, tampoco podemos definirnos. Y no solo no podemos, sino que no queremos. Y no queremos porque sentimos que nos oprimen, que nos obligan a elegir una entre infinidad de opciones. Y si hay infinidad, ¿por qué elegir una? Sentimos que somos parte del significado de un conjunto de etiquetas y que eso depende de cómo nos sintamos en cada momento, de lo que estemos viviendo en ese momento, de con quiénes estemos compartiendo esos momentos o del momento en sí. Además, hoy en día, en la sociedad que vivimos, etiquetarse, por ejemplo, como "hetero" nos dificulta poder pasar abiertamente en otro momento a una etiqueta diferente, como la de "bi".

Coincidimos así con, y evocamos aquí a Noemí Casquet (2019) periodista y escritora especializada en sexualidad que menciona en su libro "Mala Mujer" lo siguiente:

"Las etiquetas son excelentes porque sirven para comunicarnos y englobar mucha información en una sola palabra o en un conjunto de ellas. Pero que no te asfixien. Debe servir como punto inicial para desarrollarte a tu antojo. Olvídate de seguir el patrón establecido. Si queremos romper con todo, tenemos que romper con lo que se espera de nosotras. Que nos identifiquemos con una etiqueta no significa que seamos todas iguales. Decir que eres bisexual no significa que siempre te apetezcan por igual hombres o mujeres. Debes partir de la etiqueta para encontrarte a ti misma. Ella te da el camino, recórrelo sin miedo." (p. 14-15).

Esta idea de las etiquetas y el cómo lo hemos vivido nosotras, nos lleva a pensar que si en algún momento de nuestras vidas hemos sentido que son varias las etiquetas que nos definen debemos aceptarlo y no seguir intentando luchar en

contra de nosotras mismas buscando encajar en una sola, entendiendo que estamos en continuo cambio y haciendo mención a Rocío:

“Hoy pienso que todo el tiempo estamos cambiando, que nos estamos transformando con el otro, la otra, y que ni eres una cosa ni eres otra. Eres TODO eso, y tiene que ver con los múltiples yoes que somos en las relaciones, entonces, a final de cuentas, hoy por eso pongo en mi firma electrónica: soy la intersección de todas mis relaciones.”.

Que se relaciona con la idea del “ser múltiple” de Gergen (2008) y que se resume muy bien en el TFG de Dácil Danioko Padilla y Eloísa Elvira Rodríguez (2019):

“(…), cuya idea principal se basa en un ser relacional que está en contacto con diferentes dimensiones de su vida y que se ve sumergido en relaciones tanto profundas como superficiales de las que va “absorbiendo” diferentes partes que, a su vez, le van formando y complementando. Ante estas relaciones desarrollamos un modo de comportarnos nuevo y único, puesto que nos influyen convirtiéndonos en un tipo de persona diferente según cada situación y nos permiten abrirnos a la idea de una persona con enormes posibilidades de “ser”. (p. 19)”.

Para nosotras, esta idea del “ser múltiple” ha supuesto un descubrimiento, ya que siempre nos hemos sentido fuera de lugar al pensar que no encajábamos en una sola etiqueta, en una sola elección. Ahora, acogemos ese malestar y lo transformamos en aceptación y comprensión de nuestros sentimientos y de nosotras mismas, dejando atrás las limitaciones de la sociedad en nuestras expresiones de formas de ser y de nuestros yoes.

Por lo que, las etiquetas, el encajar y el finalmente aceptar la pluralidad de nuestros yoes nos ha llevado a nuestra propia liberación.

Dueñas de nuestra liberación: a(r)mando nuestra sexualidad y nuestro placer

Dueñas de nuestra liberación por ser dueñas también de nuestra transformación, de nuestro cambio.

Durante la realización de este TFG hemos venido hablando de placer, término que se ha deconstruido durante el proceso. Queremos decir que entendíamos placer únicamente como placer relacionado directamente con la sexualidad, pero al que ahora llamaremos específicamente placer sexual tras haber leído las siguientes palabras de Laura Muelas de Ayala en su Trabajo de Fin de Máster (2015) sobre la crítica del reduccionismo sexual del patriarcado:

“Esto es, todo lo que tiene que ver con el placer se engloba en el marco de la sexualidad, lo que hace, asimismo, que nuestro repertorio de prácticas placenteras esté orientado casi en su totalidad al placer sexual; ambos procesos se retroalimentan continuamente. Atendiendo a esta relación, podemos observar cómo las expectativas ante el placer están orientadas hacia un ideal (orgásmico) que dejaría en un segundo plano la experimentación, o incluso la reivindicación, de otro tipo de placeres que pueden hacer nuestra experiencia vital, en todas sus dimensiones, mucho más gozosas. (...) En este sentido, redefinir el placer, al mismo tiempo que se redefine la sexualidad, considerándolos como procesos interconectados y que podemos separar o fundir tanto como nos interese en cada momento, y tratando de acercarnos a ambos desde una postura anti-esencialista, cuestionadora y reflexiva, puede ser precisamente un buen punto de partida para construir relaciones sexuales que no prioricen la genitalidad por encima de todo, donde prime la creatividad y no estén tan mediadas por los imperativos sociales, culturales y de género que nos envuelven.” (p. 66).

Con estas últimas palabras, introducimos la idea de autoconocimiento y autocreación del propio placer sexual, placer sexual construyéndolo y trabajándolo por medio de interacciones con tu propio cuerpo o con otros cuerpos, con los deseos, los propios placeres y los de las personas con las que mantengas relaciones sexuales, explorándolo a través de los cuerpos, de los pensamientos, las

emociones, y asumiendo que se encuentra en continuo estado de transformación. Siempre experimentando la propia sexualidad y placer sexual manteniendo una relación cuestionadora y reflexiva con ella, que lleve al encuentro de otros placeres, encontrados en infinitud de formas y relaciones.

Todas estas palabras nos recuerdan a un momento de una de las conversaciones mantenidas con Rocío:

“Mi placer está en función de la relación que establezco con el otro o con la otra. Entonces, como voy en esto sintiendo que no tengo que quedar bien con nadie, si no, yo puedo sentir placer, independientemente de cómo me esté relacionando y con quién.”

Aquí se transmite el planteamiento de Rocío con relación al autoconocimiento y la autocreación del propio placer sexual.

Desde aquí, queremos entonces esbozar nuestra propia definición de placer sexual, pero no sin antes reflejar la definición de Laura Muelas de Ayala (2015) de la que nos hemos inspirado:

“Es por ello que el placer puede ser entendido como un proceso que no concluye ni se agota en lo que asociamos a la experiencia perceptiva del mismo, sino que se nutre de la exploración de nuevas formas, de sus límites o del recuerdo. Es, además, un proceso creativo, que implica la agencia de los sujetos en su construcción, a través del cual se imagina, busca, tantea, explora, dirige, produce, posibilita y define la experiencia placentera.” (p.97).

Entendemos pues, por placer sexual, una práctica en la que a través de emociones, sensaciones, percepciones, situaciones, pensamientos, estados de ánimo... transmitidos por el cuerpo y/o la mente, e influidos por diferentes factores culturales, sociales o cualquier otro, te lleven a reconocer y determinar una situación como placentera sexualmente, en la que se puede tomar el proceso como lo más importante y satisfactorio en lugar de entenderlo como el fin último y que además, te haga sentir libre y dueño del mismo.

Rocío: “bueno, hoy por hoy me siento mucho más libre y mucho más dueña de mi placer.”

¡Y nosotras también! Tu placer es tuyo y de con quien quieras compartirlo, puedes desearlo y tenerlo cuando quieras. ¡A disfrutarlo! ¡Sé dueño de tu liberación!

V. VISIÓN DE FUTURO: DILUIR LAS GRANDES PALABRAS

Desde esos saberes redactados en los puntos anteriores y, sobre todo, en el punto IV, queremos destacar, en primer lugar, la infinidad de aprendizajes que nos hemos llevado con la realización de este trabajo.

Hemos aprendido a ESTAR CON las personas y *con nosotras mismas* desde una postura más relacional, donde prima el diálogo, el respeto, partir del no juzgar y el dar por hecho, siendo capaces de reconocer la cantidad de diferentes opciones y posibilidades que existen, que se nos presentan y que nos dan la oportunidad de poder transitar entre ellas, aceptando y comprendiendo nuestros propios procesos.

Estas ideas nos llevan a querer dar un giro en la perspectiva que teníamos de cómo abordar la psicología y el mundo laboral y nuestras propias vidas a partir de ahora, incorporando así en nuestras relaciones el saber escuchar, sintiéndonos abiertas a expresarnos, siendo respetuosas con las personas y dejándolas ser libres en lo que quieran contarnos, atendiendo a sus demandas, respetando sus espacios, sus valores y creencias, sus formas de ver el mundo, llegando a co-construir juntas.

A la hora de abordar el mundo laboral, nuestra actual intención es incorporar todas estas nociones, formas de ser y estar, de construir conocimiento... a un repertorio de estrategias que ya teníamos integradas, y que creemos que juntas harán de nuestro desempeño, una forma de trabajo más acorde a nosotras, más implicativa, más abierta y más humana, donde las voces de les otras importa tanto como las nuestras.

En relación a nuestras propias vidas, resaltar que lo que más hemos sentido es el fluir del proceso. Nos hemos dejado llevar, hemos atendido a nuestros momentos, a

nuestros tiempos y hemos dejado que sean éstos los que pautasen el transcurso de este, nuestro pequeño tesoro, nuestro gran TFG.

En un aspecto más personal, y relacionado con nuestra postura feminista y del conocer sobre nuestra sexualidad y nuestro placer sexual, el TFG nos ha dado la oportunidad de dedicarle más tiempo a ello, a conocernos, a reflexionar cosas que incluso no habíamos pensado anteriormente, a cuestionar ideas y a darle vueltas a la cabeza con el fin de conseguir ordenar nuestro caos. Caos entendido como el cómo comprendernos a nosotras mismas, comprender por qué y qué sentíamos en ciertas situaciones de nuestras vidas, tener más claro lo que queremos y cómo lo queremos y, sobre todo, aceptarnos tal y como somos, con nuestros más y nuestros menos, pero, sobre todo, libres y dueñas de nuestro placer. Y lo más importante, nos ha dado la oportunidad de llevarnos a día de hoy, a sentir la chispa que nos faltaba para ponernos a funcionar en busca de labrar un camino hacia los saberes sobre sexualidad, placer y feminismo.

Queremos seguir indagando, formándonos, rompiendo barreras, educándonos a nosotras mismas y a les demás, informándoles y creando nuevas formas de entender el mundo. Comenzar nuestro nuevo camino... Un nuevo camino que nos lleva a, como lo llamamos nosotras, nuestro proyecto.

Este proyecto surgió en una de tantas conversaciones entre ambas, tras los encuentros con Rocío, en la que nos dimos cuenta de que necesitábamos contarle al mundo nuestras ideas y pensamientos, y ¿qué mejor forma que hacerlo juntas y a través de las redes sociales, donde habíamos encontrado mucha de la información?

Nació de una reflexión muy potente que tuvimos al conversar: el vocabulario que usamos en nuestro día a día tiene cargas significativas fuertísimas que, sin darnos cuenta, nos oprimen, nos limitan, nos ciegan, nos aplastan. Nos referimos a, por ejemplo, ¿qué significa la palabra virginidad? ¿Qué es ser virgen? ¿Por qué tengo que serlo y dejar de serlo? ¿Qué quiere decir entonces, no haber mantenido relaciones sexuales heteronormativas con penetración? Es decir, que una persona, por ejemplo, una mujer que se sienta atraída por otras mujeres y que no haya utilizado ningún tipo de penetración en sus prácticas sexuales, entonces, ¿qué es la virginidad para esa persona? ¿Y qué carga social tiene ese significado? “Tengo que

perder la virginidad con una persona ideal, que me quiera, que sea importante y demás”. ¡Y no tiene por qué ser así! Simplemente tienes que disfrutar del momento, de lo que pase, del sexo, del otro o de ti mismo... Ser libre.

Como ves, estamos rodeados de palabras enormes de las que no reflexionamos sus posibles significados y a las que no le damos la libertad que realmente tienen, por lo que, terminan aplastándonos. Incluso palabras que, en un principio pueden ser entendidas como que nos liberan, como la sexualidad femenina o el placer sexual, y realmente, si no le das tu propia visión y significado, acorde a ti, a tus creencias, pensamientos, sentimientos, comodidad... también terminan aplastándote. Por lo que, ¿por qué no buscar y crear nuevas palabras para generar significados más respetuosos y acordes a la realidad actual? Y aquella analogía sobre las brujas, que expresamos al inicio de este trabajo, se nos antoja procedente tras esta pregunta que parece invocar al poder, a la magia, al igual que hacían ellas, pero en esta ocasión, al de las palabras.

Así pues, este proyecto, también supondría una fuente de aprendizaje y desafío constante para nosotras mismas, la oportunidad de continuar conociendo y empapándonos de distintos saberes sobre sexualidad, sobre placer sexual y sobre otros aspectos que nos llamen la atención sobre la psicología. Una oportunidad de seguir creciendo tanto en el ámbito personal como profesional y con la intención de DILUIR ESAS PALABRAS, en lugar de dejar que nos aplasten a nosotras. Esperamos, algún día, poder volver a leer estas voces ilusionadas y sonreír tras haberlo conseguido.

Para finalizar, con mucha pena y a la vez felicidad, comentar que lo que hemos sentido en todo este trayecto solo se podría definir con una palabra, *inefable*. Y qué bonito que exista una palabra para poder ponerle nombre a algo que creemos que no podemos definir, ¿verdad? Qué bonito darnos cuenta de que las ideas emergidas hablando con Rocío, como, por ejemplo, que el significado de las palabras puede ser distinto para cada persona o que a veces el uso de etiquetas es necesario para entendernos o que, en relación, el ponerle nombre a algo, tampoco significa nada o no es tan valioso ya que es cambiante... qué bonito darnos cuenta de que esas ideas llegan al final de este maravilloso camino. Un camino que solo nos lleva a otro lugar, desde donde seguir caminando...

REFERENCIAS

- Anderson, H. (2012). *Conversación, lenguaje y posibilidades. Un Enfoque posmoderno de la terapia* (2ª ed.). Buenos Aires: Amorrortu.
- Casquet, N. (2019). *Mala mujer*. Barcelona: Editorial Planeta.
- Chaveste, R., Molina, P. y Anderson, H. (2019). *Conversaciones interrumpidas* (1st ed). Ohio, USA: Taos Institute. Recuperado de: https://www.academia.edu/41285749/Harlene_conversaciones_interrumpidas
- Danioko, D. y Elvira, E. (2019). *Sentirse tocadas por las vidas de otros: inquietudes acerca del ejercicio de la psicología*. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de La Laguna.
- DeFehr, J. (2015). *Investigación de Acción Dialógica: El Fenómeno de Agencia Democrática y Transformativa de la Habilidad de Respuesta*. Winnipeg: Universidad de Winnipeg.
- Delgado, A. y Sánchez, G.M. (2019). *Tres relatos y Once microhistorias: una investigación narrativa con las relaciones no-monógamas*. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de La Laguna, España.
- Gergen, K.J., (2007). *Construccionismo social, aportes para el debate y la práctica*. Bogotá D.C.: Ediciones Uniandes. Recuperado de: https://www.researchgate.net/publication/299741216_Kenneth_Gergen_Construccionismo_Social_Aportes_para_el_debate_y_la_practica
- Gergen, K.J. (2008) Therapeutic challenges of multi-being. *Journal of Family Therapy*, 30: 335-350. Recuperado de: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1111/j.1467-6427.2008.00447.x>

- Gergen, K.J. (2014). From Mirroring to World-Making: Research as Future Forming. *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 30: 335–350. Swarthmore College: The Taos Institute. Recuperado de: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/jtsb.12075>
- Gergen, K. (2015). *El ser relacional. Más allá del Yo y de la Comunidad*. Bilbao: Desclée De Brouwer.
- Gómez, C.L. (2015). *Redes de apoyo para mujeres que se relacionan afectiva-eróticamente con mujeres*. Tesis doctoral. Instituto Kanankil, Mérida, México.
- González, A. (2019). *Explorando diversidades: relatos posibles sobre las personas trans*. Trabajo de Fin de Grado. Universidad de La Laguna.
- Ibáñez, T. (2001). ¿Fondear en la objetividad o navegar hacia el placer? Athenea Digital. *Revista de Pensamiento e Investigación Social*, nº 0, 31-37. Recuperado de: <https://atheneadigital.net/article/view/n0-ibanez>
- Muelas de Ayala, L. (2015). *El placer como proceso creativo en la transformación feminista*. Trabajo de Fin de Máster. Universidad del País Vasco.
- Rodríguez, S. (2017). *Las relaciones para los jóvenes con medidas judiciales: una investigación colaborativa sobre sus significados y sentidos*. Tesis doctoral. Universidad de La Laguna.
- Sisto, V. (2008). La investigación como una aventura de producción dialógica: La relación con el otro y los criterios de validación en la metodología cualitativa contemporánea. *Psicoperspectivas*, VII, 114-136. Recuperado desde <http://www.psicoperspectivas.cl>.
- Wigg, C. (2001). *Introducing qualitative research in psychology*. Adventures in theory and method. Buckingham: Open University Press.